What you should know about Lyme Disease

Manitoba
Health
Public Health Branch

COMMUNICABLE DISEASE CONTROL

What is Lyme Disease?

Lyme Disease is a bacterial infection transmitted from infected deer ticks *(blacklegged ticks)* to humans.

The ticks which spread Lyme disease are smaller than the more common wood ticks found in Manitoba, and unlike wood ticks, do not have white markings on their bodies. In the wild, adult deer ticks are usually found on deer, but may be carried on domestic animals such as dogs, cats and horses. Tick bites are usually painless and most people do not know that they have been bitten.

Lyme Disease has become a common problem in parts of the United States and can also be acquired in certain parts of Canada. Over 130 blacklegged ticks have been identified in Manitoba since 1996, and 10 have tested positive for the bacteria that causes Lyme Disease. There has been one laboratory-confirmed case of Lyme Disease since it became reportable in Manitoba (Jan. 1, 1999) and many clinically-suspected cases have been treated by physicians. Lyme Disease should therefore be considered in people with appropriate symptoms.

How do people know that they have Lyme Disease?

The symptoms of Lyme Disease are common to many diseases. This makes it difficult to diagnose. Lyme Disease usually starts with "flu-like" symptoms *(such as headache, stiff neck, fever, muscle aches or fatigue)*. Many people will also develop a ring-like rash days to weeks after the bite. This rash usually expands from the centre for about 2 weeks and then fades. Some people do not notice these early signs of infection, and among those who do, symptoms usually disappear after several weeks.

Later on, some people may continue to experience headaches, and may develop dizziness, difficulty concentrating, stiff neck and, perhaps an irregular heartbeat. Some people will also develop joint pain and swelling. These symptoms may occur up to two years or perhaps longer after the tick bite.

Your doctor will make the diagnosis of Lyme Disease based on symptoms and signs, and possibly the results of a blood test. Because blood tests are not always accurate, treatment may be prescribed with a negative blood test if the doctor feels that the symptoms and signs are sufficiently typical of Lyme Disease. If you are concerned about Lyme Disease, you should contact your doctor.

What is the treatment?

Lyme Disease can be successfully treated with antibiotics. Treatment is most successful in the early stages of infection and usually consists of antibiotic pills taken by mouth. Treatment for long-standing disease may be more complicated and require longer durations of therapy with antibiotics.

How do you protect yourself from ticks?

In Manitoba, the wood tick is very common and will be the tick that most people encounter. However, wood ticks, unlike deer ticks, are not effective transmitters of Lyme Disease. Both types of ticks are common in tall grass, along trail margins and in wooded areas. Adult wood ticks are common in Manitoba during May, June and July. **Adult deer ticks are most common in October and November,** as well as during the spring months.

Protect yourself from Lyme Disease by avoiding contact with deer ticks:

- Keep the grass around your house cut.
- When you are outside during tick season, avoid sitting on, lying on or travelling through tick habitats. Avoid sitting directly on the ground, and stay in the centre of paths.
- Wear light coloured clothing to make it easier to see ticks that may be on you.
- Tuck your shirt into your pants and your pants into your socks to thwart a tick's effort to crawl onto your skin.
- Always wear long pants and a long-sleeved shirt if you are in tall grass or wooded areas.
- Spray repellents containing DEET onto your clothing and exposed skin (other than the face). Use with caution on small children.
- Inspect yourself, your children and your pets for ticks as soon as you leave an area that may have ticks.

101-06276/

What should you do if you think that you have been bitten?

- If the tick is attached to your skin, remove it with tweezers. Grasp the tick close to the skin and pull slowly upward with steady pressure; avoid twisting or crushing the tick. Do not burn or smother the tick. Cleanse the skin around the tick bite with soap and water or disinfectant. Mark the date and location of the bite on the calendar, and place the tick in a container (see below).
- If you suspect that the tick may be a deer tick, submit it to the University of Manitoba for identification *(see below)*.
- If you develop a rash or other symptoms, see your doctor.

You Can Help in the Study of Lyme Disease

Deer ticks can carry the bacteria that cause Lyme Disease. By collecting deer ticks , you can contribute to research being carried out for Manitoba Health by the Laboratory Centre for Disease Control in Winnipeg, with the assistance of the University of Manitoba and the Cadham Provincial Laboratory.

To help us learn more about Lyme Disease and ticks in Manitoba, we would very much appreciate your sending us the tick for identification. The deer tick is smaller than the wood tick and does not have white markings on the large part of its body *(see illustration below)*. Ticks matching this description can be either hand-delivered (preferred) or mailed to:

Dr. Terry Galloway
Department of Entomology
General Office, Room 214 Animal Sciences Building
Fort Garry Campus, University of Manitoba
Winnipeg, Manitoba R3T 2N2

Delivery hours are 8:30 - 12 noon, and 1:00 - 4:30 p.m., Monday through Friday.

Remove the tick with tweezers. Grasp the tick close to the skin and pull slowly upward with steady pressure; avoid twisting or crushing the tick. Place in a pill bottle or film canister and add a piece of moist paper towel to the container. This helps keep the tick alive. Do not use alcohol or immerse the tick. Firmly tape the lid shut. If mailing, place the container in two sealed plastic bags, and then in a cardboard box. Do NOT use glass. Include with the package your name, telephone number, and information as to where, when and on whom (e.g. dog, person) the tick was found. The box should be wrapped in mailing paper and labelled **"Research Specimens– Fragile – Handle with Care"**.

For more information, please contact your local public health office
(see the municipal and provincial listings in the grey pages at the back of your telephone directory).

MALE WOOD TICK
(DO NOT SEND)

MALE DEER TICK
(SEND IN)

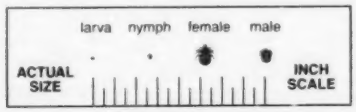
WHAT DO YOU SEND?

NO
WOOD TICKS

Slightly larger than deer ticks, with white markings on back.

YES
DEER TICKS

Slightly smaller than wood ticks. Male is uniformly brown, while the bodies of unfed females are orange.



FEMALE WOOD TICK
(DO NOT SEND)

FEMALE DEER TICK
(SEND IN)

MG-5258 (3/2000)

Ce qu'il faut savoir sur la maladie de Lyme

Santé Manitoba
Direction de la santé publique

PRÉVENTION DES MALADIES TRANSMISSIBLES

Qu'est ce que la maladie de Lyme?

La maladie de Lyme est une infection bactérienne transmise à l'humain par des tiques infectées (à pattes noires).

Les tiques responsables de la propagation de la maladie de Lyme sont plus petites que celles que nous trouvons généralement au Manitoba et n'ont pas les mêmes taches blanches sur le corps. En milieu sauvage, les tiques adultes à pattes noires s'attaquent généralement aux chevreuils, mais peuvent parfois parasiter les animaux domestiques tels que le chien, le chat ou le cheval. De façon générale, la piqûre de tique ne cause aucune douleur et la plupart des personnes ne se rendent pas compte qu'elles se sont fait piquer.

La maladie de Lyme est répandue dans diverses régions des États-Unis et peut exister également dans certaines régions du Canada. Plus de 130 tiques à pattes noires ont été identifiées au Manitoba depuis 1996, et le test de décèlement de la bactérie qui cause la maladie de Lyme s'est révélé positif pour 10 d'entre elles. Depuis que la déclaration de cette maladie est devenue obligatoire au Manitoba (le 1er janvier 1999), il a eu un cas de maladie de Lyme confirmé en laboratoire, ainsi que plusieurs cas confirmés sur le plan clinique qui ont été traités par des médecins. Il faudrait donc en tenir compte chez les personnes présentant les symptômes appropriés.

Comment savoir si vous êtes atteint de la maladie de Lyme?

Beaucoup de maladies présentent des symptômes analogues à ceux de la maladie de Lyme, ce qui complique le diagnostic. D'habitude, la première phase de la maladie de Lyme se manifeste par des symptômes semblables à ceux de la grippe *tels maux de tête, raideur de la nuque, fièvre, douleurs musculaires ou fatigue*. La plupart des personnes qui ont été piquées par une tique infectée voient apparaître après quelques jours ou quelques semaines une rougeur en forme d'anneau. Le diamètre de cette rougeur s'agrandit pendant environ deux semaines, puis s'éclaircit. Peu de personnes remarquent ces premières manifestations de l'infection, et même si elles en sont conscientes, les symptômes disparaissent généralement après plusieurs semaines.

Peu après, certaines personnes atteintes peuvent continuer à souffrir de maux de tête et peuvent même avoir des étourdissements, de la difficulté à se concentrer, une raideur de la nuque, voire des troubles de rythme cardiaque. Un petit nombre souffriront de douleurs et de gonflements articulaires. De tels symptômes peuvent se manifester jusqu'à deux ans ou peut-être plus après une piqûre de tique.

Votre médecin pourra établir un diagnostic de la maladie de Lyme en fonction des symptômes et, possiblement, des résultats d'une analyse de sang. Ces analyses n'étant pas toujours fiables, il se peut qu'il vous prescrive un traitement (même si les résultats sont négatifs) si vos symptômes sont suffisamment typiques de la maladie de Lyme. Si vous craignez d'avoir contracté la maladie de Lyme, n'hésitez pas à consulter votre médecin.

Comment traiter la maladie de Lyme?

On peut traiter efficacement la maladie de Lyme à l'aide d'antibiotiques. Ce traitement est plus efficace s'il est entrepris dès le début de la maladie; les antibiotiques sont généralement pris par voie orale. Une infection de longue date peut être plus compliquée et nécessiter une antibiothérapie beaucoup plus longue.

Comment se protéger contre les tiques?

Au Manitoba, les tiques à taches blanches sont très courantes et celles que l'on rencontre le plus souvent. Toutefois, ces tiques, contrairement à celles à pattes noires, ne transmettent pas facilement la maladie de Lyme. Ces deux types de tiques vivent dans l'herbe haute, le long des sentiers et dans les régions boisées. Les tiques adultes à taches blanches se rencontrent au Manitoba en mai, en juin et en juillet. **Les tiques adultes à pattes noires se rencontrent le plus souvent en octobre et en novembre,** ainsi qu'au printemps.

La meilleure façon de se protéger contre la maladie de Lyme est d'éviter d'entrer en contact avec les tiques (à pattes noires) :

- Tondez le gazon régulièrement autour de votre maison.
- Évitez de vous asseoir, de vous coucher ou de marcher dans les habitats des tiques lorsque vous êtes à l'extérieur pendant la saison des tiques. Évitez de vous asseoir directement sur le sol et marchez au milieu des sentiers.
- Portez des vêtements de couleur claire pour mieux voir les tiques qui pourraient se trouver sur vous.
- Rentrez votre chemise dans votre pantalon et les jambes de votre pantalon dans vos chaussettes pour empêcher une tique d'aller sur votre peau.
- Portez toujours un pantalon et une chemise à manches longues si vous vous trouvez dans l'herbe haute ou dans des régions boisées.
- Vaporisez un produit insectifuge à base de D.D.T. sur vos vêtements et sur la peau, mais évitez le visage. Utilisez ces produits avec précaution sur les jeunes enfants.
- Examinez-vous, ainsi que vos enfants et vos animaux domestiques, dès que vous quittez une région où il risque d'y avoir des tiques.

Que devez-vous faire si vous croyez avoir été piqué?

- Si la tique se trouve encore sur la peau, servez-vous d'une petite pince pour la retirer. Attrapez-la près de la peau et tirez-la doucement mais fermement vers le haut, sans la tourner ou l'écraser. Ne la brûlez pas et ne l'étouffez pas. Nettoyez la peau autour de la piqûre à l'eau ou au savon ou à l'aide d'un produit désinfectant. Écrivez sur votre calendrier la date de la piqûre et l'endroit où vous avez été piqué, puis mettez la tique dans un récipient (voir ci-dessous).
- Si vous pensez qu'il s'agit d'une tique à pattes noires, faites-la parvenir à l'Université du Manitoba pour qu'elle puisse être identifiée *(voir ci-dessous)*.
- Si vous voyez apparaître une rougeur ou si vous éprouvez des symptômes, consultez votre médecin.

Vous pouvez contribuer à la recherche sur la maladie de Lyme

Les tiques (à pattes noires) peuvent être porteuses de la bactérie responsable de la maladie de Lyme. En les conservant, vous pouvez contribuer aux recherches effectuées pour Santé Manitoba par le Laboratoire de lutte contre la maladie à Winnipeg, conjointement avec l'Université du Manitoba et le Cadham Provincial Laboratory.

Afin de nous aider dans nos recherches sur la maladie de Lyme et sur les tiques au Manitoba, ayez l'obligeance de nous faire parvenir les tiques aux fins d'identification. Les tiques à pattes noires sont plus petites que celles à pattes blanches et n'ont pas de taches blanches sur la partie la plus grande de leur corps *(voir les images)*. Si vous trouvez des tiques ayant ces caractéristiques, veuillez les apporter en personne (de préférence) ou les envoyer à :

Dr Terry Galloway
Département d'entomologie
Bureau général, Animal Sciences Building, salle 214
Campus de Fort Garry, Université du Manitoba
Winnipeg (Manitoba) R3T 2N2

Les heures de livraison sont de 8 h 30 à 12 h et de 13 h à 16 h 30 du lundi au vendredi.

Retirez la tique de votre peau en vous servant d'une petite pince. Attrapez-la près de la peau en la tirant doucement mais fermement vers le haut, sans la tourner ou l'écraser. Placez-la dans une petite boîte à pilules ou dans un contenant de pellicule de photo, et ajoutez-y un petit morceau d'essuie-tout humide. Cela maintiendra la tique en vie. Veuillez ne pas utiliser d'alcool ou mettre la tique dans l'alcool. Fermez le couvercle à l'aide d'un ruban adhésif. Si vous envoyez le contenant par la poste, placez-le dans deux sacs scellés en plastique, puis dans une boîte en carton. Veuillez NE PAS utiliser de verre. Ajoutez au paquet votre nom, votre numéro de téléphone et les renseignements suivants : le lieu, la date, le moment où vous avez trouvé la tique et sur qui (p. ex. un chien, une personne). Veuillez emballer la boîte dans du papier d'envoi postal et y apposer une étiquette indiquant la mention « **Échantillons de recherche - Fragile – À manipuler avec précaution** ».

Pour de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec votre bureau local de la santé publique *(dans les répertoires municipal et provincial des pages grises, à la fin de l'annuaire téléphonique).*

QU'ENVOYEZ-VOUS?

Tique à pattes blanches mâle (NE PAS ENVOYER)

AUCUNE
TIQUE À PATTES BLANCHES

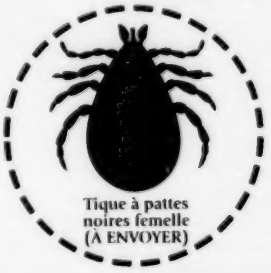
Plus grosse que la tique à pattes noires, la tique à pattes blanches a des taches blanches sur le dos.

Tique à pattes blanches femelle (NE PAS ENVOYER)

Tique à pattes noires mâle (À ENVOYER)

TOUTE
TIQUE À PATTES NOIRES

La tique à pattes noires est plus petite que la tique à pattes blanches. Tout le corps du mâle est brun tandis que celui de la femelle qui n'a pas été nourrie est orange.



Tique à pattes noires femelle (À ENVOYER)